

Szanowny kliencie, dziękujemy Ci za zakup naszego produktu. Przed wprowadzeniem tego urządzenia do eksploatacji bardzo uważnie przeczytaj Instrukcję obsługi i wraz z kartą gwarancyjną, paragonem fiskalnym (asygnatą) i według możliwości także z opakowaniem i wewnętrzną zawartością opakowania dobrze schowaj.

OGÓLNE ZASADY DOTYCZĄCE BEZPIECZEŃSTWA

- Wskazówki podane w instrukcji należy uważać za część urządzenia i przekazać jakiemukolwiek dalszemu użytkownikowi urządzenia.
- Nigdy nie używaj urządzenia, jeśli nie działa prawidłowo, jeśli upadło na ziemię i uległo zniszczeniu lub wpadło do wody. W takich przypadkach należy zanieść urządzenie do profesjonalnego serwisu w celu przetestowania jego bezpieczeństwa i prawidłowego działania.
- Z urządzenia mogą korzystać dzieci powyżej 8 roku życia, oraz osoby z ograniczonymi zdolnościami fizycznymi lub umysłowymi, a także nieposiadające wiedzy lub doświadczenia w użytkowaniu tego typu urządzeń pod warunkiem, że będą one nadzorowane lub zostaną poinstruowane na temat bezpiecznego korzystania z tego urządzenia oraz zagrożeń wiążących się z jego używaniem. Bawienie się urządzeniem jest zabronione dzieciom. Czyszczenie i konserwacja bez nadzoru dorosłych jest dzieciom zabroniona.
- **Urządzenie jest przeznaczone do użytku w gospodarstwach domowych i podobnych celach! Urządzenie nie jest przeznaczone do zastosowania w medycynie i obiektach komercyjnych!**
- Urządzenie nie jest przeznaczone do używania przez osoby (dzieci), których psychiczne, fizyczne lub mentalne zdolności są niedostateczne.
- **Zalecamy: Nie należy wchodzić na wagę mokrymi stopami lub na mokrą powierzchnię wagi, w przeciwnym razie istnieje niebezpieczeństwo poślizgnięcia się!**
- **Wagi nie wolno zanurzać w wodzie (nawet częściowo)!**
- Jeżeli waga była przechowywana w niskich temperaturach, najpierw należy ją zaaklimatyzować.
- Wagę należy używać tylko w pozycji poziomej w miejscach, gdzie nie istnieje ryzyko przewrócenia, z dala od źródeł ciepła (np. **piec, kominek, grzejniki**), źródeł wilgoci powietrza (np. **sauna, łazienka, basen**) oraz urządzeń z silnym polem elektromagnetycznym (np. **kuchenka mikrofalowa, radio, telefon komórkowy**).
- Wagę osobową należy chronić przed kurzem, chemikaliami, nadmierną wilgocią, środkami toaletowymi, ciekłymi kosmetykami, dużymi zmianami temperatury i nie należy narażać na bezpośrednie działanie promieni słonecznych.
- Wagi nie należy umieszczać na nierównej powierzchni lub na powierzchni pokrytej dywanem. Niestabilna lub miękka podkładka pod wagą może mieć negatywny wpływ na dokładność ważenia.
- Nie należy stawać na krawędzi wagi! Grozi niebezpieczeństwo jej przechylenia i ryzyko obrażeń.
- Nie należy przeciążać urządzenia wagą większą niż maksymalna nośność! Zapobiegnie to uszkodzeniu urządzenia.
- Funkcji analizy tłuszczu nie należy używać w przypadku używania następujących urządzeń: rozrusznik serca, elektrokardiograf i / lub innych urządzeń medycznych wszczepionych do organizmu lub stosowanych jako wsparcie.
- Podczas manipulowania z wagą należy postępować starannie, aby uniknąć obrażeń ciała lub uszkodzenia urządzenia.
- Z wagą należy obchodzić się ostrożnie. Nie należy jej rzucać ani po niej skakać. Waga jest trwała, ale złe obchodzenie się może zniszczyć elektroniczne sensory.
- Wagi nie należy demontować lub wyjmować części.
- Podczas przechowywania nie należy umieszczać żadnych przedmiotów na powierzchni wagi, może ulec uszkodzeniu.

- Jeśli waga nie będzie długo używana, należy wyjąć baterie.
- Jeśli bateria wycieka, należy ją natychmiast wymienić, w przeciwnym razie może to spowodować uszkodzenie wagi.
- Wyładowaną baterie należy w odpowiedni sposób zlikwidować.
- Nie wolno wkładać nowych i starych baterii razem.
- Nie należy używać akumulatorów doładowujących.
- Nigdy nie należy używać urządzenia do innych celów niż do których jest przeznaczone, oraz opisane w niniejszej instrukcji!
- Należy pamiętać, że dane pokazane na wadze są tylko przybliżone i niedokładne w porównaniu z wynikami rzeczywistej analizy medycznej. Dokładne określenie cech biometrycznych może jedynie ustalić lekarz używając metod medycznych.
- Baterie i wagę należy przechowywać w miejscu niedostępnym dla dzieci i osób niekompetentnych. Osoba, która połknie baterię, musi natychmiast skontaktować się z lekarzem.
- Nie należy używać w okresie ciąży.
- Wszystkie teksty w innych językach, a także obrazki na opakowaniu lub produkcie są przetłumaczone i wyjaśnione na końcu odpowiedniej mutacji językowej.
- Producent nie ponosi odpowiedzialności za szkody spowodowane przez niewłaściwe traktowanie urządzenia (np. **rozbicie płyty itp.**) i nie jest odpowiedzialny za gwarancje na urządzenie w przypadku nie przestrzegania wyżej przedstawionych ostrzeżeń bezpieczeństwa.

OPIS ELEMENTÓW STERUJĄCYCH

P1. Jednostka wagi

P2. Displej

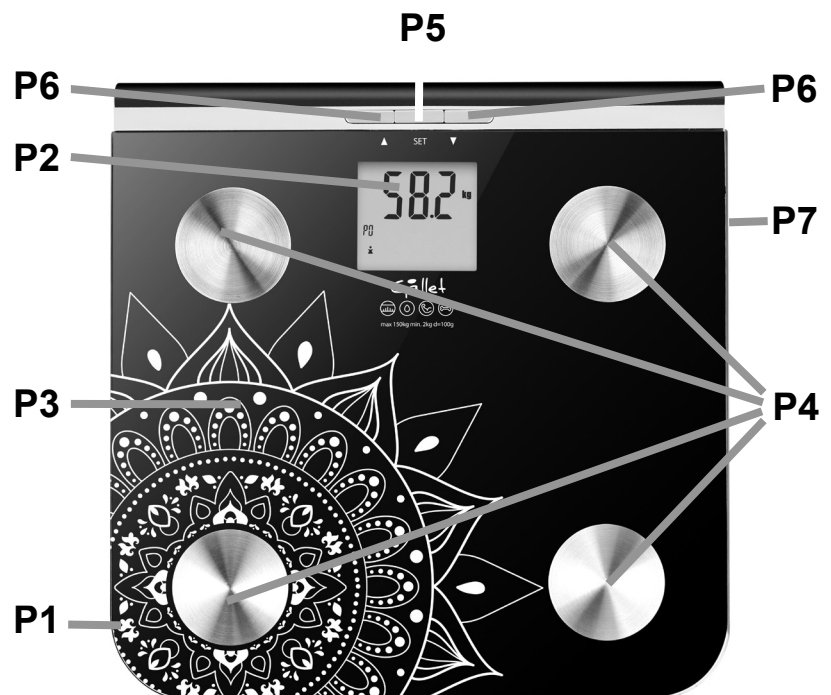
P3. Szklana powierzchnia

P4. Elektrody mierzące

P5. Przycisk **SET**
- włączenie i ustawianie

P6. Przycisk UP ▲
i DOWN ▼ - przycisk
wyboru

P7. Przycisk ustawianie
KG / LB / ST



WYŚWIETLANE DANYCH NA DISPLEJU

P0 – P9 numer pamięci



MEŹCZYZNA



KOBIETA

FAT zawartość tłuszczu (%)

TBW zawartość wody (%)

MUS stan mięśni (%)

BONE waga ciała (%)

SPECYFIKACJA

Zakres pomiaru 2,5 kg aż 150 kg / st: 0,394 – 23:6 / 5,512 – 330,7 lb

Dokładność pomiaru wagi ciała: 0,1 kg, 0,2 lb, 1/4 st

Dokładność pomiaru wody: 0,1 %

Dokładność pomiaru tłuszczu: 0,1 %

Przedział wieku mierzonej osoby: 10 – 85 lat

Jednostki wysokości: cm / ft-in

Przedział wysokości: 75 – 225 cm

Pamięć 10 osób

Zalecane środowisko pracy: Temperatura 0 – 40 °C / 32 – 104 °F

Względna wilgotność: <85%

Wybór trybów ważenia: kilogramy (kg) stones (st) funty

ZANIM ZACZNIESZ

Należy usunąć wszystkie opakowania i wyjąć wagę. Z urządzenia usunąć wszystkie folie przyclipne, naklejki lub papier. Następnie otworzyć pokrywę baterii w dolnej części wagi i włożyć baterię zgodnie z polaryzacją i zamknąć pokrywę. Umieścić urządzenie na płaskiej i suchej powierzchni. Wagę włącza się, dotykając nogą powierzchni ważącej, potrzeba sprawdzić jednostkę masy, która jest wyświetlana na ekranie (**kg**). Jeśli chcesz ustawić jednostkę **st/lb**, na dolnej części wagi możesz przełączyć przełącznikiem **kg ↔ lb ↔ st** (st:lb) (lub **cm ↔ FT;In**). Następnie wagę należy umieścić na twardej, płaskiej powierzchni.

POMIAR WAGI CIAŁA

Dlaczego jest ważne znać swoją wagę?

Nadwaga lub niedowaga jest ważnym wskaźnikiem zdrowia. Nadwaga zwiększa ryzyko niektórych form choroby nowotworowej, chorób serca, cukrzycy, udaru mózgu, wysokiego ciśnienia krwi, artretyzmu, chorób pęcherzyka żółciowego, bezdechu sennego i innych. Niedowaga pociąga za sobą zagrożenia, takie jak zmniejszenie odporności organizmu i osteoporozy u kobiet grozi ryzyko utraty miesiączki, co powoduje niepłodność, itd. Osoby otyłe, które chcą schudnąć i osoby bardzo szczupłe, które chcą przytyć, powinny konsultować sposób terapii i dietę ze swoim lekarzem lub specjalistą ds. żywienia.

Dlaczego ważne jest wiedzieć jaka jest wartość tkanki tłuszczowej i wody w organizmie?

Otyłość (nadmierna ilość tkanki tłuszczowej) jest znanym zagrożeniem dla zdrowia człowieka, jest ściśle związana z poważnymi chorobami, takimi jak nadciśnienie tętnicze, choroby serca, cukrzyca, choroba zwyrodnieniowa stawów i niektóre postacie nowotworów. Istnieją inne, rzadsze objawy, takie jak bezdech podczas snu i senność w ciągu dnia, czego przyczyną może być otyłość. Analiza procentowa stosunku tkanki tłuszczowej lub składu ciała jest skutecznym sposobem określenia poziomu zdrowia. Zawartość wody w organizmie jest wskaźnikiem dobrego stanu zdrowia. Jeśli waga nie zmienia się i wartość % TBW (całkowita zawartość wody w organizmie) wzrasta, oznacza to, że następuje wzrost tkanki mięśniowej w ciele, (co jest dobre dla zdrowia). Jeśli wartość % TBW maleje, oznacza to utratę masy mięśniowej i wzrost tkanki tłuszczowej lub oznacza niewłaściwy bilans wodny w organizmie lub niektóre z możliwych chorób związanych z niedoborem wody w organizmie. Generalnie, im więcej masy mięśniowej, tym wyższa zawartość wody w organizmie.

Do analizy tłuszczu jest ważne:

- odczekać około 15 minut po wstaniu z łóżka, ponieważ woda w naszym organizmie może być rozłożona.
- odpocząć przez kilka godzin (ok. 6–8) po niezwykle wyczerpującej aktywności.

Analiza tłuszczu nie zawiera przydatnych informacji dla dzieci poniżej 10 roku życia i dorosłych powyżej 85 lat; dla osób z gorączką i po zakończeniu dializy, osób z objawami osteoporozy lub osób, które używają leków nasercowych, kobiet ciężarnych, sportowców, którzy mają wiele mięśni, ponieważ ich wyniki mogą być zniekształcone.

Jak działa waga

W monitorze zastosowano skuteczną metodę analizy składu ciała, BIA (skrót od impedancji bioelektrycznej). BIA mierzy opór, który jest wprost proporcjonalny do zawartości tłuszczu w organizmie, przy przepływie słabego i nieszkodliwego prądu elektrycznego. Elektrody wpuszczają prąd z jednej strony a elektrody wykrywania chwytają ten prąd na drugiej stronie. Do programu do analizy następnie są wstawione dane z urządzenia BIA, takie jak płeć, wiek i wysokość. Waga i tkanka tłuszczowa obliczana jest automatycznie. Procentowa zawartość tłuszczu i wody w organizmie, które pojawiają się na ekranie można wyszukać w jednym z zakresów wymienionych w **Tabelce referencyjnej** i w ten sposób możesz dowiedzieć się, do której grupy należysz. Dokładność wagi zależy od kilku zmiennych. Zalecamy z ważenia zrobić rutynę, zawsze używaj wagi o tej samej porze dnia i w tych samych warunkach.

Ważne uwagi:

- 1) Ważne jest ważyć się boszo ze względu na prawidłowe przewodzenie w trakcie przeprowadzania analizy tkanki tłuszczowej.
- 2) Nie należy umieszczać wagi na nierównej powierzchni lub powierzchni pokrytej dywanem.
- 3) Funkcji analizy tłuszczu na wadze nie należy używać w przypadku korzystania z następujących urządzeń: rozrusznik serca, elektrokardiograf i / lub innych urządzeń medycznych wszczepionych do organizmu lub stosowanych jako wsparcie.
- 4) Nadmierne picie, jedzenie, ćwiczenia, problemy zdrowotne, leki, cykl miesięczkowy itp. mogą wpłynąć na wyniki analizy.

INSTRUKCJA OBSŁUGI

Twoja waga to delikatny sprzęt elektroniczny. Jedną z rzeczy które waży się najtrudniej jest ludzkie ciało, ponieważ jest ciągle w ruchu. Jeśli chcesz osiągnąć wiarygodne wyniki, zawsze staraj się stanąć całymi stopami na to samo miejsce i stój w bezruchu. Jeśli jest to możliwe, należy ważyć się w ciągu dnia w tym samym czasie (najlepiej rano), najlepiej również na tym samym miejscu, w celu uzyskania porównywalnych wyników. Pamiętaj, że ubranie może zwiększyć wagę, a także jedzenie i picie przed ważeniem. Krótkoterminowe wahania wagi są na ogół przypisywane utracie płynów.

Wymiana baterii

Otworzyć komorę baterii na tylnej stronie wagi. Włóż baterię zgodnie z polaryzacją i zamknij pokrywę. Dla tego typu urządzenia należy stosować baterie AAA (2 szt.). Gdy urządzenie nie jest używane przez dłuższy czas, należy wyjąć baterię!

Uwaga

Nie należy używać różnych typów baterii. Nie używać razem używanych i nowych baterii.

A) Ważenie

Wagi możesz używać tylko do mierzenia ciężaru ciała. Chodzi o podstawowy tryb, analiza pozostałych wartości nie będzie wykonana.

Wagę włącza się przez stanięcie na powierzchnię ważenia. Po zważeniu zważona wartość zamiga i wartość zostanie przez kilka sekund wyświetlona na wyświetlaczu. **Następnie waga zostanie automatycznie wyłączona.**

B) Tryb ważenia i całkowita analiza ciała

Ustawienie (zmiana) danych do analizy tkanki tłuszczowej i wody w organizmie

Przed pierwszą analizą konieczne jest wprowadzenie danych osobowych (płeć, wysokość i wiek), które są zapisane do pamięci. Waga może przechowywać dane 10 osób.

Bemeneti adatokat lehet beállítani és utána változtatni a következő tartományban:

Pamięć	Płeć	Wysokość	Wiek
0 – 9	Mężczyzna / Kobieta	75 – 225 cm	10 – 85

1. Naciśnij przycisk SET. Na wyświetlaczu będzie migać numer pamięci (np. 1).
2. Przyciskiem ▲ lub ▼ wybierz numer pamięci, w której chcesz zapisać dane osoby, która będzie ważona.
Potwierdź naciskając przycisk SET.
3. Przyciskiem ▲ lub ▼ ustaw swoją płeć:
▼ mężczyzna / kobieta ▲
Potwierdź naciskając przycisk SET.
4. Przyciskiem ▲ lub ▼ ustaw swój wiek (Age).
Potwierdź naciskając przycisk SET.
5. Przyciskiem ▲ lub ▼ ustaw swoją wysokość (możesz zmienić cm ↔ FT;In).
Potwierdź naciskając przycisk SET.

Teraz wszystkie dane osobowe są ułożone (zmienione). Poczekać aż zostanie wyświetlone 0,0. Stań na wadze i czekać zobrazowaniu wyników.

Po kilku sekundach zostaną wyświetlone następujące informacje:

1. – Waga w wybranych jednostkach
2. – Ilość tkanki tłuszczowej w % (FAT) + pasek analizy (- o + ++)
3. – Ilość wody w ciele w % (TBW)
4. – Ilość mięśni w % (MUS)
5. – Zawartość masy kostnej w % (BONE)

Wyniki zostaną wyświetlone stopniowo i po 3 powtórzeniu waga zostanie wyłączona automatycznie.

Ostrzeżenie

Stopy, łydki i uda nie mogą się dotykać podczas pomiaru. W przeciwnym razie pomiar może być niedokładny.

Do powtórnej analizy cech fizycznych (po ułożeniu wartości wejściowych osoby do pamięci – na przykład 1), wykonaj następujące czynności:

- 1) Nacisnąć i przytrzymać SET (jeśli waga była używana w normalnym trybie ważenia) lub włączyć wagę naciskając SET.
- 2) Naciśnij przycisk ▲ lub ▼ wybierz numer pamięci, w której są ułożone Twoje ustawienia
- 3) Po wybraniu numeru pamięci nic nie naciskaj (poczekać aż zostanie wyświetlone 0,0).
Stań na wadze, masa ciała oraz cechy fizyczne zostaną przeanalizowane.

Wiek	Kobieta		Mężczyzna		
	Zawartość tłuszczu w organizmie	Zawartość wody w organizmie	Zawartość tłuszczu w organizmie	Zawartość wody w organizmie	
<= 30	4,0 - 20,5	66,0 - 54,7	4,0 - 15,5	66,0 - 58,1	Niedowaga
	20,6 - 25,0	54,6 - 51,6	15,6 - 20,0	58,0 - 55,0	Waga w normie
	25,1 - 30,5	51,5 - 47,8	20,1 - 24,5	54,9 - 51,9	Nadwaga
	30,6 - 50,0	47,7 - 34,4	24,6 - 50,0	51,8 - 34,4	Otyłość
> = 30	4,0 - 25,0	66,0 - 51,6	4,0 - 19,5	66,0 - 55,4	Niedowaga
	25,1 - 30,0	51,5 - 48,1	19,6 - 24,0	55,3 - 52,3	Waga w normie
	30,1 - 35,0	48,0 - 44,7	24,1 - 28,5	52,2 - 49,2	Nadwaga
	35,1 - 50,0	44,6 - 34,4	28,6 - 50,0	49,1 - 34,4	Otyłość

Wskaźnik niedowagi (na wadze): -
 Wskaźnik normalnej wagi (na wadze): 0
 Wskaźnik nadwagi (na wadze): +
 Wskaźnik otyłości (na wadze): ++

Z powodu naturalnych różnic między ludźmi tabela ma wyłącznie charakter informacyjny.

Wyniki pomiarów masy kości i proporcji mięśni są jedynie orientacyjne. Średni stosunek masy mięśniowej u zdrowego mężczyzny wynosi w przybliżeniu > 40%, u kobiet > 30%. Masa kości wynosi w zależności od wielu istotnych czynników. Jeśli zostaną zmierzone wartości anormalne, należy zawsze skonsultować się z lekarzem praktycznym.

Uwaga

Waga wyłącza się automatycznie, jeśli na nią nie staniesz do 20 sekund po wyświetleniu „0.0”.

KOMUNIKATY O BŁĘDACH I ICH SYMBOLE

Wyświetlane symbole	Znaczenie
Lo	Bateria jest wyladowana
Err	Bardzo niska / wysoka zawartość tłuszczu %
EEEE	Zmierzona waga jest większa niż maksymalna dopuszczalna granica wagi.

ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW

Jeśli masz problemy z wagą:

- Upewnij się, że bateria jest prawidłowo włożona.
- Upewnij się, czy jest wybrana odpowiednia jednostka masy.
- Upewnij się, że waga jest na płaskiej powierzchni i nie dotyka ściany.
- Jeśli chcesz włączyć wagę, a po kliknięciu na wagę na wyświetlaczu nie wyświetla się nic lub tylko „Lo”, należy wymienić baterię.
- Jeśli na wyświetlaczu pojawi się napis „EEEE”, waga została przeciążona.
- Następnie wagę należy umieścić na twardej, płaskiej powierzchni.
- W przypadku wystąpienia objawów takich jak miganie na ekranie lub błędne wyświetlanie, należy spróbować przenieść wagę w inne miejsce z zasięgu źródła zakłóceń lub wyłączyć dane źródło podczas używania wagi.

PRZECHOWYWANIE

Po użyciu wagę należy położyć w pozycji poziomej (nie pionowo) z dala od dzieci i osób niekompetentnych.

KONSERWACJA

Nie należy używać szorstkich i agresywnych środków czyszczących (np. **ostrych przedmiotów, rozcieńczalnika ani innych rozpuszczalników**). Powierzchnię otrzyj miękką i wilgotną szmatką. Należy uważać, aby do wewnętrznej części nie dostała się woda.

TECHNICKÁ SPECIFIKACE

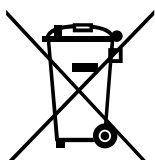
- Elektroniczna szklana waga osobowa z analizą tłuszczu cieleśnego, cieczy, masy mięśniowej i wagi kości
- Inwersja wyświetlacza LCD
- 6 mm szkło hartowane bezpieczne
- Użycie 5 parametrów dla mierzenia poziomu tłuszczu w ciele – wysokość, waga, wiek, płeć i opór biologiczne
- Automatyczne wyłączenie po 20 sec.
- Automatyczne wyzerowanie
- Wskaźnik przeciążenia
- Indykator słabé baterie
- Eksploatacja na baterię 2 x AAA
- Rozmiary: 30,5 x 30,5 x 2 cm
- Waga: 2 kg
- Klasa ochrony: III, Certyfikaty CE

Zmiana specyfikacji technicznych i akcesoriów w zależności od modelu produktu jest zastrzeżona przez producenta. Zdjęcia służą wyłącznie jako ilustracja.

Informacje o ochronie środowiska naturalnego

Wykonaliśmy to najlepsze, aby obniżyć ilość opakowań i stwierdziliśmy ich łatwe rozdzielanie na 3 materiały: tektura, masa papierowa i rozciągnięty polietylen. Urządzenie to zawiera materiały, które mogą być po demontażu utylizowane wyspecjalizowaną spółką. Prosimy, aby Państwo dotrzymywali miejscowe przepisy dotyczące obchodzenia się z papierami pakowymi, wyładowanymi bateriami i starymi urządzeniami.

Likwidacja zużytego sprzętu elektrycznego / elektronicznego oraz utylizacja baterii i akumulatorów



Ten symbol znajdujący się na produkcie, jego wyposażeniu lub opakowaniu oznacza, że z produktem nie można obchodzić jak z odpadami domowymi. Kiedy urządzenie lub bateria / akumulator będą nadawały się do wyrzucenia prosimy, aby Państwo przewieźli ten produkt na odpowiednie miejsce zbiorcze, gdzie zostanie przeprowadzona jego utylizacja. Na terenie Unii Europejskiej oraz w innych europejskich krajach znajdują się miejsca zbiórki zużytych urządzeń elektrycznych i elektronicznych oraz baterii i akumulatorów. Dzięki zapewnieniu właściwej utylizacji produktów mogą Państwo zapobiec możliwym negatywnym

skutkom dla środowiska naturalnego i ludzkiego zdrowia. Mogłyby one wystąpić w wypadku nieodpowiedniego postąpienia z odpadami elektronicznymi i elektrycznymi lub zużytymi bateriami i akumulatorami. Utylizacja materiałów pomaga chronić źródła naturalne. Z tego powodu, prosimy nie wyrzucać starych elektrycznych i elektronicznych urządzeń oraz akumulatorów i baterii razem z odpadami domowymi.

Aby uzyskać więcej informacji o sposobach utylizacji starych urządzeń, należy skontaktować się z władzami lokalnymi, przedsiębiorstwem zajmującym się utylizacją odpadów lub sklepem, w którym został produkt kupiony.

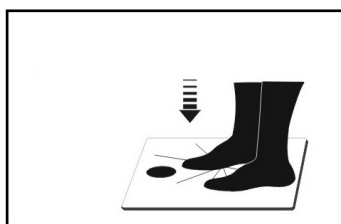
HOUSEHOLD USE ONLY – Tylko do zastosowania w gospodarstwie domowym.

DO NOT IMMERSE IN WATER OR OTHER LIQUIDS – Nie zanurzać do wody lub innych cieczy.

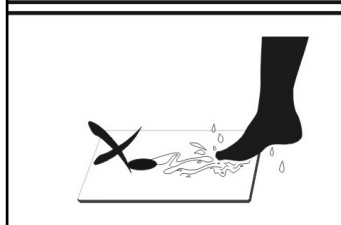


TO AVOID DANGER OF SUFFOCATION, KEEP THIS PLASTIC BAG AWAY FROM BABIES AND CHILDREN. DO NOT USE THIS BAG IN CRIBS, BEDS, CARRIAGES OR PLAYPENS. THIS BAG IS NOT A TOY.

Niebezpieczeństwo uduszenia. Tego worka nie należy używać w kołyskach, łóżeczkach, wózkach lub kojcach dziecięcych. Torebkę z PE położyć w miejscu będącym poza zasięgiem dzieci. Torebka nie służy do zabawy!



Włączania wagi (AUTOMATYCZNE WŁĄCZANIE)- stań na wagę i poczekaj, waga włączy się automatycznie i rozpocznie pomiar



Ostrzeżenie: Na mokrej powierzchni niebezpieczeństwo poślizgnięcia!



OSTRZEŻENIE